백악관으로 부터의 메시지

MH02D4975
OMH-RC-Knowledge Center
5515 Security Lane, Suite 101
Rockville, MD 20852
1-800-444-6472

Office of National
Drug Control Policy

마약 교육

마리화나에 관하여 부모님들께서 알고 계셔야 할 사항들

친애하는 부모님과 보호자분께:

본 팜플렛, 마리화나에 관하여 부모님들께서 알고 계셔야 할 사항들을 여러분에게 제공할 수 있게 되어 백악관 미국마약규제정책국과 전국적인 청소년 마약근절 미디어 켐페인을 대표하여, 먼저 기쁨을 표합니다.

마약교육은 미국내 모든 가정들의 자녀양육에 있어서 필수적인 부분이 되었습니다. 보고서에 의하면 부모님들로부터 마리화나의 위험성에 관하여 배운 자녀들은 마리화나를 사용할 확률이 그 절반으로 줄어든다고 지적하고 있습니다. 그러나, 겨우 29퍼센트의 청소년들만이 가정에서 마리화나 사용의 위험성에 관하여 배우고 있다고 보고되고 있습니다. 여러분 자녀들에게 마약사용을 억제케 하는 가장 강력한 예방 요소 중 하나는 바로 여러분입니다. 여러분 자신의 자녀들도 마약사용의 위험에 처해있다는 것을 인지하는 것이 중요합니다. 마리화나 사용에 따르는 영향과 증세에 관해 여러분 자신들이 먼저 배우면 자녀들과 마약에 관하여 이야기를 나눌 때 도움을 받게 될 것입니다.

질문사항이나 추가정보가 필요하시면 이 팜플렛에 열거되어 있는 도움기관에 문의하시거나 한국어 및 그 외 외국어 웹사이트, www.theantidrug.com을 방문하십시오.

감사합니다.

Barry R. McCaffrey
마약규제정책국장

마약교육은 가정교육입니다.

여러분의 자녀는 위험에 처해있습니다.

마리화나는 12세에서 17세사이의 청소년들이 가장 많이 사용하는 불법마약입니다. 여러분의 자녀가 "올A" 학생이고 여러분이 아무리 좋은 지역에 살고 있다 하더라도, 여러분의 자녀들은 거리에서, 학교에서 그리고 심지어 집에서까지도 마약의 위험에 노출될 것입니다.

학교에서 충분한 마약교육을 당연히 제공할 것이라고 기대하지 마십시오. 자녀들이 자동적이고 단도직입적인 거절 메시지를 준비할 수 있도록, 마약을 사용하라고 받는 압력에 대해 충분한 시간을 가지고 이야기하십시오. 이민자의 자녀들은 미국 문화에 적응하고자 하는 욕구로 인하여 더 많은 위험에 처해질 수 있습니다.

마약방지교육은 자녀양육의 한 부분입니다.

마약에 대한 교육이 비단 문제자녀들의 부모들에게만 국한된 문제라고 생각하는 것은 잘못된 것입니다. 마약교육은 모든 부모님들의 의무입니다.

부모님 본인부터 교육받으십시오.

부모님 자신부터 마약에 관하여 교육을 받으셔야만 자녀들이 마약의 위험성에 관하여 이해할 수 있도록 도와줄 수 있습니다. 다음 페이지는 마리화나에 관한 사실과 답변을 제공하고있습니다. 자녀들을 교육시킬 수 있도록 이 팜플렛에 나와있는 정보로 부모님 자신을 교육하십시오.

마리화나란 무엇입니까?
여러 가지의 다른 종류가 있습니까?

마리화나는 미국에서 가장 흔하게 사용되는 불법 마약입니다.

마리화나란 대마초(학술명: Cannabis Sativa)의 꽃과 잎에서 생성된 것입니다. 이 대마초는 cannabinoids 라고 부르는 독특한 화학물질을 함유하고 있습니다. 마리화나의 환각작용들의 상당수가 바로 이 화학물질 중 하나인 THC 때문입니다.

마리화나란 Cannabis (대마초)라는 마리화나와 그것과 같은 식물에서 추출된 기타 약물을 뜻하는 용어입니다. Cannabis (대마초)중에서 효능이 강한 형태는 신세미야(sinsemilla), 해시시(hashish-줄여 "해시"라고 함)와 해시 오일이 있습니다. 모든 종류의 Cannabis는 환각약물입니다.

마리화나는 얼마나 해롭습니까?

국립마약중독/남용센터(CASA)가 발행한 최근 보고서에 의하면 1996년에 치료등록을 한 18만2천명에 이르는 10대들과 어린이들 중 거의 절반가량인 48퍼센트가 오직 마리화나중독 또는남용 때문에 센터에 들어오게 된 것이라고 밝혀졌습니다. 이 숫자는 다른기타 약물중독문제로 치료를 받으러 들어온 10대들과 어린이들을 모두 합한숫자와 근사한 것입니다. 치료를 받고있는 10대들의 절반이상이 15세에서 17세사이입니다.

마리화나는 여러 가지로 해로울 수 있습니다. 직접적으로 나타나는 증상이 있으며 장시간에 걸쳐 건강을 해칩니다. 마리화나를 흡연하는 것은 뇌세포에 영향을 미치고 중추신경계의 반사시간을 늦춤으로써 운동신경능력을 저하시킵니다.

- 단기기억력 감퇴(최근 사건들에 대한 기억)
- 복합과제 취급 곤란
- 지각력과 반사시간에 영향을 줌으로써 자주 자동차사고를 초래합니다.
- 무분별한 성적 행동
- 집중력 장애-학습장애

현대 마리화나의 THC 함유량은 이전보다 더 높아졌습니다. 이것은 마리화나를 더욱 더 강력하게 만드는 것이며 불안감, 기억상실증, 혼동이 생길 확률을 더 증가시킬 수 있습니다. 또한 THC 함유량이 높을수록 교통사고의 위험이 높아질 수 있습니다.

현재 사용되고 있는 마리화나의 은어는 어떤 것들이 있습니까?

마리화나는 많은 다른 이름으로 불려집니다.

다음은 통상 사용되는 마리화나 은어 목록입니다.

팟(Pot)	앤트 매리(Aunt Mary)	리퍼(Reefer)
블런트(Blunt)	위드(Weed)	간자(Ganja)
어브(Herb)	붐(Boom)	버드(Bud)
갱스터(Gangster)	매리 제인(Mary Jane)	키프(Kif)
그래스(Grass)	스컹크(Skunk)	도프(Dope)

또한 길거리에서 통용되는 마리화나의 종류 혹은 "상표"의 약식명칭은:

텍사스 티(Texas Tea) 마위 우위(Maui Wowie) 크로닉(Chronic)

마리화나는 어떻게 사용됩니까?

대부분의 사용자들은 마리화나를 느슨하게 담배같이 맙니다.(이것을 "조인트" 혹은 "네일" 이라고 부릅니다.) 혹은마리화나를 파이프로 핍니다. 파이프 중 가장 잘 알려진 파이프의 종류는 물파이프로 "봉(bong)"이라고 부릅니다.

몇몇 사용자들은 마리화나를 음식물에 섞어 사용하기도 하고 차에 넣어 마시기도 합니다.

그 외 방법으로는 시가를 잘라 편 후 담배잎(토바코) 대신 마리화나를 넣어 사용합니다. 이것을 "블런트(blunt)"라고 부릅니다.

물파이프 "봉(bong)"

조인트를 만드는데 사용될 수 있는 "로링" 종이

파이프와 스크린

우리 아이가 마리화나를 사용하고 있는지 어떻게 알 수 있을까요?

눈에 보이는 몇 가지 증세가 있습니다.

만약 누군가가 마리화나를 사용하고 있다면, 그 사용자는 다음의 증상을 보일 수 있습니다

- 현기증
- 지각없는 행동 – 실없이 웃음
- 빨갛게 충혈된 눈
- 단기 기억력 감퇴
- 간식이나 군것질 증가

약간의 시간이 흐른 후, 이러한 초기 증상이 지나고 나면 사용자는 매우 졸리거나 배가 고파집니다.

부모님들은 또한 마약사용의 신호와 마약장비에 대해서도 알고 계셔야 합니다.

- 파이프와 담배종이 혹은 "롤링"(마는) 종이
- 옷과 침실에서 나는 탄 잎사귀 냄새
- 향과 기타 냄새를 없애는 탈취(방취)제 사용
- 눈의 충혈을 없애고자 안약 사용
- 마리화나나 마약무늬 혹은 마약사용을 권장하는 글귀가 쓰여진 옷, 포스터, 장신구 등

우리 아이가 마리화나를 사용하고 있는지 어떻게 알 수 있을까요? 이어서...

부모님들은 자녀들의 행동변화에 관하여 알고 계셔야 합니다.

부모님들께서는 다음 현상에 유의하십시오.

- 금단현상
- 우울증
- 피로
- 흐트러진 차림새
- 반항
- 가족과 친구들과의 관계가 소원해짐
- 학과 성적의 변화
- 장기결석
- 스포츠나 취미활동 관심 결여
- 잠버릇과 식습관의 변화

이러한 증세들은 마약사용 외 다른 문제의 신호일 수도 있다는 것을 유의하십시오.

아이가 마리화나를 하지 못하도록 어떻게 예방할 수 있을까요?

원활한 의사소통의 패턴을 갖는 것과 자녀가 긍정적인 활동을 하게 하는것이 자녀를 성공으로 이끌며 마약중독이나 다른 문제로부터 벗어나게 할 수 있는 매우 중요한 방법입니다. 연구조사에 의하면 건설적이고 성인 감독하의 학교 밖 과외활동을 하는 아이들은 마약을 사용할 확률이 적다고 나타나 있습니다. 자녀들이 학교와 교회활동, 가정과 커뮤니티 생활을 긍정적으로 하게 하는 것이 마약예방프로그램의 일환이 되어야 합니다. 아래는 몇 가지 기억하셔야할 사항들입니다.

- 자녀들과 대화시에 이야기 주제를 마약과 그것이 왜 해로운지에 관하여로 전환하십시오.
- 주제를 꺼내기 위해서는 자녀에게 학교에서 마약에 관하여 배웠는지 여부를 물어보십시오. 자녀분은 그에 대해 어떻게 생각하고 있는지 알아보십시오.
- 여러분의 자녀와 마약에 관하여 지속적으로 대화를 하십시오.
- 어려운 질문을 대답할 수 있도록 준비하십시오: 예) 마리화나를 피는 것이 왜 그렇게 나쁜가요?
- 같이 듣고 이해하는 정직하고 열린 마음으로 이 문제를 대하십시오.

안내정보

몇몇 기관들이 한국말로 추가정보와 도움을 드리고 있습니다.

Asian American Recovery Services
965 Mission Street, #325
San Francisco, CA 94103
Tel: (415) 541-9285

The Asian American
Drug Abuse Program
5318 South Crenshaw Boulevard
Los Angeles, CA 90043
Tel: (323) 293-6284

Asian Community Mental Health Services
310 8th Street, Suite 201
Oakland, CA 94607
Tel: (510) 451-6729

Hamilton Madison House Asian American
Mental Health & Alcoholism Services
253 South Street, 2nd Floor
New York, NY 10002
Tel: (212) 720-4520

Asian Pacific Fam. Ctr. of Pacific Clinics
9353 East Valley Boulevard
Rosemead, CA 91770
Tel: (626) 287-2988

National Asian Pacific American Families
Against Substance Abuse (NAPAFASA)
340 East 2nd Street, Suite 409
Los Angeles, CA 90012
Tel: (213) 625-5795

전국알코올마약정보센터(NCADI)에서는 부모님들이 마약사용에 관하여 자녀들과 이야기를 할 수 있도록 돕기위해 영어로 된 많은 간행물과 비디오, 그리고 교육자료들을 제공하고 있습니다. 마리화나와 기타마약에 대한 보다 자세한 정보는 다음 주소로 연락하십시오:

National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information
P.O. Box 2345
Rockville, MD 20847
1-800-729-6686
(TDD Number 1-800-487-4889)

마리화나에 관한
보다 자세한 정보는
인터넷에 마련되어
있습니다:

Office of National Drug Control Policy (ONDCP)
www.whitehousedrugpolicy.gov
www.theantidrug.com (한국어)

Partnership for a Drug Free America
www.drugfreeamerica.org

National Clearinghouse for Alcohol & Drug Information
www.health.org

Asian American Recovery Services
www.aars-inc.org

Asian Community Mental Health Services
www.acmhs.org

Substance Abuse and Mental Health Services Administration
www.samhsa.gov

Center for Substance Abuse Prevention
www.samhsa.gov/csap

한국어 추가정보를 원하시면 무료전화
(888) 258-3137이나 (301) 468-9334/35로 문의하시기 바랍니다.